

国民の祝日「山の日」制定記念 信州山岳サミット

さあ、今年も
信州の山へ行こう。

7/3 ⑩ 13:00～16:30 (12:00開場)
場 キッセイ文化ホール 1階 中ホール

PROGRAM

第1部 基調講演

「世界の山が僕に教えてくれたこと。」

登山家 野口 健 様



第2部 パネルディスカッション

コーディネーター 鈴木 啓助 様 (信州大学理学部教授)

パネリスト
野口 健 様 (登山家)
山口 孝 様 (潤沢ヒュッテ代表取締役)
仲川 希良 様 (モデル/フィールドナビゲーター)
阿部 守一 (長野県知事)

詳細は 信州山岳サミット [Q 検索](#)

「登山計画書」を出して信州の山へ！

平成28年7月1日から登山をされる際には「登山計画書」の提出が必要となります。

詳細は 長野県登山安全条例 [Q 検索](#)

信州山岳サミット・登山計画書に関するお問合せ
長野県山岳高原観光課 ☎026-235-7251

銀座NAGANOでも
山の日イベントがもりだくさん



7/24 ⑩ [予約制](#) [女性限定](#)

信州山の日特別企画 オズマガジン×銀座NAGANO Vol.3 高原リゾートの聖地、上高地へ

雑誌オズマガジンとのコラボイベント第3弾。
「山の日」の第1回記念全国大会が行われる上高地の魅力をご紹介します。クラフトノートづくりのワークショップも。
詳細は6月中旬以降にHPにて。

<ゲスト>
noyamaさん (女性ユニット)
小野田千恵子さん (山岳ガイド)

☎026-235-7249
(長野県信州ブランド推進室)



銀座NAGANO

住所 〒104-0061
東京都中央区銀座5-6-5NOCO1・2・4F

代表 03-6274-6015
1F・ショップスペース 03-6274-6018
2F・観光案内 03-6274-6017
4F・移住交流相談 03-6274-6016

営業時間 10:30～20:00 (1F・2F) 定休日 年末年始

東京メトロ銀座駅A1・B5出口から徒歩1分 JR有楽町駅から徒歩7分

<http://www.ginza-nagano.jp>

※掲載情報は2016年6月現在のものです。商品・メニュー・イベント内容等とは変更となる場合がございますのでご了承ください。表示価格はすべて税込です。

信州のココが好き。

信州出身または縁のある方々に、
おすすめしたい信州の魅力を教えてもらいます！



NHK大河ドラマ「真田丸」では
佐助役で活躍

タレント・俳優・歌手
藤井 隆さん

学生時代は友だちと長野のスキー場へよく行きましたね。だから長野は冬の景色が美しいという印象が強かったです。でも長野県出身の妻と結婚して、春の雪解け水や夏の山々、秋の紅葉など他の季節の素晴らしいさを知りました。結婚して初めて長野のおそばを食べたらとても美味しくて、それ以来大好物になりました。妻の実家から帰るときは義理の母がおそばをたくさん持たせてくれて、いつも楽しみに取っておこうと思いながら、美味しくてすぐ食べちゃうんですよ(笑)。蜜たっぷりのりんごも大好きで私の母も「長野のりんごを知ったら、他のりんごが食べられない」と絶賛しています。長野県では大河ドラマの視聴率が良いと聞き、真田信繁(幸村)は長野のみなさんにとって特別な存在なんだと感じました。私も「真田丸」のおかげで長野県がさらに身近な存在になりましたね。これからも一丸となって頑張りますので応援をよろしくお願いします。

Profile

1972年、大阪府豊中市出身。1992年5月に吉本興業へ入社し、お笑いタレント・俳優・歌手などマルチな才能を発揮して全国で活躍。2005年、長野県池田町出身のタレント・乙葉さんと結婚し、現在一児の父。2016年NHK大河ドラマ「真田丸」では、真田家の忍び・佐助を好演。注目度の高い大河ドラマに関わる一員として、期待に応えられるように役に向かいたいと意気込みを見せている。



信州のヒト・コト・モノとあなたを`つなぐ`。
銀座NAGANO情報マガジン

2016 7 月号

2016 7 月号

VOL.20

平成28年6月15日発行

しあわせ信州

TAKE FREE 毎月15日発行

発行：銀座NAGANO

表紙絵：白井ゆみ枝

信州のヒト・コト・モノとあなたを`つなぐ`。銀座NAGANO情報マガジン

コ + よ く

2016 7 月号

VOL.20

平成28年6月15日発行

TAKE FREE

[LIFE STYLE OF SHINSHU]

セイジ・オザワ 松本フェスティバル

～松本が音楽に染まる日本最大のクラシックの祭典～

[TOPICS]

国民の祝日「山の日」制定記念 信州山岳サミット in 松本 開催

7月イベントガイド

[LET'S JOIN!]

・「科野 さらしなの里 ちくま」の情報発信
～あんず・杏・ANZU～

・来場者120万人突破記念
しあわせ信州マルシェ@銀座&有楽町

タレント・俳優・歌手

藤井 隆さんの信州のココが好き。





セイジ・オザワ 松本フェスティバル ～松本が音楽に染まる日本最大のクラシックの祭典～

1992年から始まった“サイトウ・キネン・フェスティバル松本”。2015年には、総監督を務める小澤征爾さんの名を冠した“セイジ・オザワ 松本フェスティバル(OMF)”へと生まれ変わり、新たな歩みをはじめました。25年目のメモリアルイヤーを迎えるOMF、そして訪れる人々をもてなし、フェスティバルを盛り上げる松本の人々の魅力に迫ります。



クラシックを身近に感じて欲しいと長野県内の小学生を招待する教育プログラムもOMFの特徴。

サイトウ・キネン・オーケストラと音楽の街「松本」の出会い

小澤征爾さんと松本の出会いは1992年。日本の音楽界に指揮者、指導者として多大な功績を残した恩師の齋藤秀雄氏を偲ぶメモリアルコンサートの本拠地として選ばれたことにはじまります。澄んだ空気と夏場の湿度の低さ、雄大な山々の景観などの環境が、音楽の都ウィーンのあるオーストリアと似ていて小澤さんの心を動かしたと言います。音楽文化を育む土壌のあった松本でもこのフェスティバルは、市民の誇りとなっていきます。訪れる人々をもてなすだけでなく、多くの市民が運営ボランティアとして、そして出演者として携わり、フェスティバルをつくりあげています。

世界の名だたる音楽家が松本に集結し、小澤総監督のもと市民も一体となって繰り広げる世界的な音楽の祭典を体感してみませんか。



世界で活躍する音楽家が一堂に集うオーケストラコンサートは、即日完売となる人気公演。サイトウ・キネン・オーケストラによる世界トップクラスの演奏が響き渡ります。



1992年より25年に渡ってフェスティバルの総監督を務め、指揮を執る小澤征爾さん。



国宝松本城本丸庭園へ集結する「合同演奏会」は出演者や観客を歓迎する企画のひとつ。

2016OMF主なプログラム

**オーケストラ
コンサートAプログラム**
8/18(木) 開演19:00・22(金) 開演19:00
キッセイ文化ホール(長野県松本文化会館)

**オーケストラ
コンサートBプログラム**
8/19(金) 開演19:00・21(土) 開演16:00
キッセイ文化ホール(長野県松本文化会館)

**小澤征爾音楽塾オーケストラによる
OMFオペラ ラヴェル:「子どもと魔法」**
9/6(火) 開演19:00・9(金) 開演19:00
まつもと市民芸術館・主ホール

ふれあいコンサートI
8/20(土)
ザ・ハーモニーホール
(松本市音楽文化ホール)

ふれあいコンサートII
8/27(土)
ザ・ハーモニーホール
(松本市音楽文化ホール)

**セイジ・オザワ
松本フェスティバルGig**
8/28(日)
キッセイ文化ホール
(長野県松本文化会館)

**OMF室内楽勉強会
～金管アンサンブル～発表会**
8/9(火)
あがたの森文化会館
講堂

※時間・会場等は公式リーフレットまたはHPをご覧ください。
※チケットが完売となっているプログラムがございますので予めご了承ください。
お問い合わせ: セイジ・オザワ 松本フェスティバル実行委員会 TEL. 0263-39-0001

ファビオ・ルイージ氏 3度目の出演



小澤征爾さんと同様にグラミー賞受賞者である世界最高峰の指揮者ファビオ・ルイージ氏。サイトウ・キネン・オーケストラからの信頼も厚く、フェスティバルで異例ともいう3年連続での指揮を振るう。今年のフェスティバルでは、8月18日・22日にオネゲル: 交響曲第3番「典礼風」及び、8月19日・21日にマーラー: 交響曲第2番「復活」をファビオ・ルイージ氏の指揮で楽しめます。



2013年とは異なる演出で上演される「子どもと魔法」では、家の中から森に変わるシーン、カエルがダンスするときの仕掛け、美しい色使いなどに注目して欲しいとのこと。



小澤さんもクラシックにおいては、オーケストラとオペラが両輪であると考えているそうです。

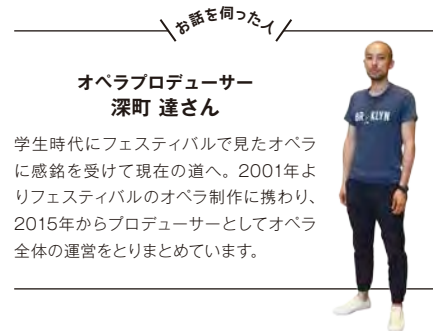


次々とシーンが変わる「子どもと魔法」は、舞台裏の腕の見せ所。



予備知識がなくても純粹に見てくれれば素晴らしいと分るはずと深町さん。

壮大なスケールで届ける 最高峰のOMFオペラ



オペラプロデューサー
深町 達さん

学生時代にフェスティバルで見たオペラに感銘を受けて現在の道へ。2001年よりフェスティバルのオペラ制作に携わり、2015年からプロデューサーとしてオペラ全体の運営をとりまとめています。

それぞれの力が掛け算になる そんな舞台をつくりたい

演劇と音楽、そして美術で構成されるオペラは、OMFのメインプログラムのひとつ。2013年の「子どもと魔法」がグラミー賞を受賞したことで話題となりました。2001年よりオペラ制作に関わり、グラミー賞受賞作でも舞台監督を務めたのが深町さんです。「OMFのオペラは、ソリスト(独唱者)、オーケストラ、コーラス、指揮者など、総勢100名を超える出演者でつくるスケールの大きいもの。私の大きな仕事のひとつは、全ての出演者に良いコンディションで気持ちよく演じていただくことです」と語ります。この規模になると、再演で1年、新演目なら2～3年をかけて準備されるそうです。また、楽器も歌声もすべて生音なのがオペラの特徴。「それぞれが研鑽したひとつひとつの力が集まるのが本番。単純に足し算されるのではなく、掛け算になっていくと本当に素晴らしいものとなる。今年もそんな作品にしたいですね」と深町さんは目を輝かせます。

EVENT 銀座でOMFの魅力が体感できます!

セイジ・オザワ 松本フェスティバルが 銀座にやってきた

フェスティバル25周年を記念し、今年は銀座NAGANOでもスペシャルプログラムが行われます。一足早く銀座でOMFを楽しんでみませんか。

第1日 7月9日(土)

OMFを100倍楽しむトークショー

[時] 11:00～12:00
[料] 2,000円 [定] 30名
トーク: OMFスタッフ及び関係者

サイトウ・キネン・オーケストラメンバー によるサロン・コンサート&トークI

[時] 16:00～17:00
[料] 5,000円(長野県産ワイン付き) [定] 30名
出演者: 会田利凡(ヴァイオリン)、
幣隆太郎(コントラバス)

いずれのプログラムでも参加いただいた方にはOMFミニートをプレゼント!
その他、公式グッズの販売やフェスティバル映像の上映、および公演チケットの販売も致します。
[問] セイジ・オザワ 松本フェスティバル事務局 広報担当 TEL.080-3512-8936

第2日 7月10日(日)

子どものためのクラシック音楽講座 「クラシック音楽ってなに?」

[時] 11:00～11:45
[料] 大人2,500円、小学生500円、未就学児無料
[定] 50名 演奏&レクチャー: 会田利凡(ヴァイオリン)

サイトウ・キネン・オーケストラメンバー によるサロン・コンサート&トークII

[時] 15:00～16:00
[料] 5,000円(コーヒー or 紅茶付き) [定] 30名
出演者: 篠崎和子(ハープ)



会田利凡 幣隆太郎 篠崎和子

サイトウ・キネン・オーケストラ(SKO)とは
齋藤秀雄氏の没後10年に当たる1984年、弟子である小澤征爾さん、秋山和慶さんの呼びかけにより、齋藤氏の教えを受け世界で活動していた音楽家100名が日本に集まり演奏会を行ったことがきっかけで発足したオーケストラ。現在も世界各地で活躍する音楽家で構成され、OMFのメインオーケストラを担います。

松本エリアのおみやげ

雄大な山々の恵みである「水」にあふれ、国宝松本城のお膝元として城下町文化が育まれた松本。
この街ならではの上品でお洒落なアイテムをご紹介します。

アルプスの名水で仕込む
松本初のクラフトビール



**松本ブルワリー
Smart Wheat 540円**
名水として知られる松本の湧水で仕込んだ、小麦由来のほのかな酸味と軽快な口当たりを楽しめるご当地ビールは地元でも品薄となる人気商品。銀座NAGANOでは6月下旬より販売予定。



信州は“クラフトビールの天国”とも言われ、各地に人気の高いビールがありますが、これまで松本にはビールメーカーがありませんでした。そこで松本初のクラフトビールをつくらうと立ち上がったのが、地元の飲食店や酒販店の経営者ら。今春、松本の水で仕込んだビールをリリースし、今後は地元産のホップや麦、フルーツを使ったビールも販売したいと意欲を見せます。

DATA

松本ブルワリー
松本市中央3-4-21
☎0263-31-0081

COLUMN

信州・まつもと歌舞伎関連事業

二人桃太郎記念 『田んぼアート』

中村勘九郎と二人の子どもが、地元の人たちと共に汗を流して作り上げたアートをご覧ください。



[場]松本市大字島内上平瀬地区
[期] 6月15日(水)～9月下旬
[料] 300円(展望台観覧料 9:00～18:00)
[問]まつもと歌舞伎実行委員会
0263-34-3293(平日9:00～17:00)

／お話を伺った／

**松本シティーマーチングバンド
代表 豊島 実さん**

今年30周年を迎え、県内の草分け的存在でもあるマーチングバンドの代表。バンドには、中学生から60代まで30名が所属。自身もユーフォニアム(金管楽器)のプレイヤーとして活躍しています。

みんなでつくる音を楽しむ マーチングパレード

OMFの名物となった吹奏楽パレードに初年度から携わる豊島実さん。当初は中学生を中心に1,300人程度だったものが近年では3,000人が参加する一大プログラムに。「来た方を歓迎するのが目的なんです、記念のポロシャツがもらえ、他の団体との交流も生まれる。自分のスキルアップにもなります。そして何より楽しく参加できるのがここまで発展した理由でしょうね」と語ります。自身のバンドにも特別なこだわりが。「完成度を求めるバンドもあるけど、ウチは全員参加がルール。フォーメーションを組んだ後は一人でも抜けたら完成しない。だから一人ひとりが自分の役割や必要性を実感できるんです」と力説します。バンド歴25年の上野さんも「曲や演技を仲間と一緒に作っていくのが楽しいですよ」と話し、中学2年の平林さんと白石さんは「揃ったとき何倍も迫力が出るのがわかるよね」と笑顔に。バンドメンバーには、OMFに参加しつづけているという誇りと楽しみがあふれています。



団体ごとに松本市内をパレードし、最後は松本城で3,000人の合同演奏を行う「吹奏楽パレード・合同演奏会」は今やフェスティバルを代表するプログラムのひとつ。小澤総監督が指揮をする年もある。

フェスティバルを歓迎する 3,000人の吹奏楽パレード



週1回の練習は市内の体育館で。最初は、行進の動きと演奏を分けて練習していきます。



「ウチは指導だけの人はお断り。全員がプレイヤーと一緒に演奏するんです」と豊島さん。

OMFを気軽に体感してみよう！

ウェルカムプログラム

- 歓迎演奏会「お城deハーモニー」 8/6
- 吹奏楽パレード・合同演奏会 8/21
- スクリーン コンサート 8/22

「スクリーン コンサート」は長野市芸術館(長野市)、サントミューゼ(上田市)、駒ヶ根市文化会館(駒ヶ根市)でも開催されます。



© 大澤道治



シュテルン 信州味噌モナランタン 1,620円

松本を代表する民芸品の「てまり」をモチーフにした目にも鮮やかなお菓子。創業百十余年の地元蔵、丸正醸造の二年味噌を使用して風味豊かに仕上げた、手土産に最適な一品です。

※松本てまり(民芸品)のご注文も承ります。詳しくは店頭で。



菓子司 花柳 大人のどら焼き(ブランデー・ラム 純米吟醸) 225円～ コラーゲン水まんじゅう 200円

ブランデーケーキのように楽しんでも欲しいと開発したユニークなどら焼き。ブランデー・ラムに続き地元酒蔵の善哉酒造の原酒を使った純米吟醸(240円)も新登場。夏期限定の水まんじゅうは、信州みそあんや抹茶あんなど全4種が揃います。

銀座NAGANOで信州の味覚を！



旬の信州
味わいコーナー
7月の
ワンプレート



赤ルパーズづくしの 蕎麦の実 グレインズサラダセット 800円

旬を迎えた富士見町特産の「赤ルパーズ」と信州名物「塩イカ」のマリネを蕎麦の実を使ってグレインズサラダに仕上げました。赤ルパーズとミョウガの梅酢漬けで作る姫にぎりと、赤ルパーズのシャーベットのついた梅雨を忘れさせてくれる爽やかなセットです。

銀座NAGANO × 銀座真田コラボメニュー

期間限定
6/15～7/15

焼きナスとキノコの鶏そぼろ味噌かけ 950円



ナスと信州産キノコを特製の鶏そぼろ味噌でいただく、夏にぴったりのメニュー。鶏そぼろ味噌は、独自の配合によるこだわりの特注品。まろやかな風味とほどよい塩加減の味噌は、鶏肉との相性も絶妙で食欲をそそります。香ばしい焼きナスの風味も相まって、お酒がすすむ一品です。

DATA

銀座 真田(NOCO 3F)
☎03-5537-7355
席50席(カウンター 8席を含む)
営業ランチ11:00～17:00
ディナー 17:00～翌4:30(3:30LO)
※日曜23:00閉店(22:00LO)、月曜が祝日の場合23:00閉店(但し前日の日曜は翌4:30閉店)
困なし

7 2016 EVENT GUIDE

参加申込みや詳細の確認は銀座NAGANOのHPをご覧ください。お電話でも受け付けています。

※予約制のイベントは、特に記載のあるものを除き、先着申込順での受付となります。イベントの内容は変更となる場合があります。



イベントスペースで催しが行われていない時間はカフェスペースとしてご利用いただけます。



カフェメニュー(一部)

・プレスコーヒー (GINZA de NAGANO ブレンドほか) 400円～
・カプチーノ 450円
・アイスコーヒー (プレス抽出) 400円

開時間 料 金 定 員 お問い合わせ先

10・20・30 「科野 さらしなの里 ちくま」の情報発信～あんず・杏・ANZU～

期間中、1Fショップでは生食用「ハーコット」など、旬を迎えるあんずの販売も予定しています。

【7/1】 招待者限定 観光関係エージェントと商談会 12:00～16:00

【7/2】 蕎麦打ち実演 11:00～12:00 13:30～14:30 15:00～16:00 無料 20名 蕎麦がきづくり体験 12:30～13:30 無料 20名 標高800mの高地で栽培された打ちたてのお蕎麦をご賞味ください。あわせて蕎麦ようかんなどの郷土料理もお楽しみください。

【7/3】 予約制 熱々「どらやき」と「あんずスイーツ」づくり体験 11:00～12:00 13:00～14:00 15:00～16:00 各1,000円 各20名 地粉「ユメセイキ」と「あんず」を使ったどらやきなどのスイーツをつくってみましょう。

4月 予約制

招待者限定 見学可 銀座NAGANO発! スーパープレゼンテーション「松本市」 11:00～14:00 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

やまのうちインターンシップ事前説明会・勉強会 18:00～19:30 無料 30名 信州の地域活性化や観光について学んでみませんか。スノーマンキーの街の宿泊施設やカフェで実際に働く、インターンシップについてご説明します。 0269-38-3111 (やまのうちインターンシップ事務局)

5月 予約制

伝統の「一本棒・丸延し」手打ち蕎麦 銀座で信州蕎麦を打つ! 11:00～14:30 5,000円 30名 初めて参加される方はこのプログラムを「一本棒・丸延し」で十割そばのそば打ちを練習しましょう。 15:00～19:00 7,000円 30名 オヤマボクチをつなぎに使った貴重なそば打ちを体験いただけます。 080-5428-1730 (蕎麦Web)

6月 予約制

食べて学んで地域とつながる しあわせ信州朝クラス 第6回 テーマ「信州のコミュニティや団らんから学ぼう」 7:20～8:20 (受付開始7:00～) 2,500円 24名 公民館次全国第1位を誇る長野県。信州では今でも地域コミュニティが暮らしの中で重要な役割を担っています。全曜コースでは、山ノ内町の「観光」と「まちづくり」のイノベーションに取り組む「WAKUWAKUやまのうち」より講師を迎え、地域ブランドづくりについての講演をお聞かせします。 【メニュー】花豆のお赤飯、ハレの日のマメ豆汁、真田丸の美味だれ焼き鳥など 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

7月 予約制 見学可

第4回 北沢正和さんの「暮らしと共にある健康野菜料理講座」 夏野菜の山盛りサラダを五感で楽しむ 14:30～16:00 4,000円 24名 信州野菜と山菜野草を活かした健康野菜料理を学ぶシリーズ講座の第4回。野菜ソムリエのKAORAさんが紹介する果菜や洋菜などの素材を、日本を代表する料理マスター北沢さんがどう調理するか必見です。当日11:00からは軽井沢サラダファームさんによるマルシェも開催します。 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

8月 予約制

AGORAが伝える 美しい・おいしいNAGANOの秘密 11:00～13:30 7,000円 24名 15:00～16:30 7,000円 24名 17:30～19:00 3,500円 24名 野尻湖ホテルエルボスコをはじめ、長野県内で4つのホテル・旅館を運営するAGORAが知る、NAGANOの魅力を紹介します。 080-4325-1860 (アゴラ・ホスピタリティーズ)

9月・10月 一部予約制

セイジ・オザワ 松本フェスティバルが銀座にやってきた! 小澤征爾のもとに世界中から優れた音楽家たちが集結する「セイジ・オザワ松本フェスティバル」の魅力をいち早く銀座で体感してみませんか。詳細はP2をご覧ください。 080-3512-8936 (セイジ・オザワ松本フェスティバル事務局)

12月 一部予約制

横山タカ子さんの信州の長寿ごはん～大鹿村の味～ 11:00～17:00 6～9月の第2月曜は、銀座NAGANOマルシェの日。信州の生産者がつくる旬のこだわり野菜や果物などをお届けします。 03-6247-6015 (銀座NAGANO)

13月 予約制 見学可

銀座NAGANO日本酒講座 基礎コース 第4回「蔵元と話してみよう!」 18:00～19:30 4,000円 (日本酒4銘柄・おつまみ付) 24名 「角口酒造店」「西飯田酒造店」の2蔵より杜氏をお招きする特別編。酒造りに込める思いを聞けば、お酒がもっと美味しく楽しめるようになります。 03-6247-6015 (銀座NAGANO)

14月 予約制

銀座NAGANO来場者120万人突破記念 しあわせ信州マルシェ @銀座&有楽町 11:00～17:15 新鮮な野菜や果物を揃えたマルシェや各地の特産品が当たる空くじなしの大抽選会などイベント盛りだくさん。 「アルクマ」も駆け付けます! 026-235-7249 (長野県信州ブランド推進室)

15月 予約制

「真田丸」トークセッション in 銀座 あの時、日本(ひのもと)には真田信繁がいた 18:00～19:20 無料 20名 歴史学者で大河ドラマ「真田丸」時代考証の平山優さんと座落小日向えりさんが、時代を超えて人々を魅了する真田家の魅力や特別展「真田丸」上田会場の見どころを語ります。【参加申込について】7月2日(金)～7月8日(金)の9:00～17:00に、下記の連絡先に電話でお申込みください。 現地イベントも開催 7月23日(金)「平山優と巡る特別展「真田丸」と「上田城」も開催します。 0268-27-2300 (上田市立美術館)

16月 予約制 一部見学可

しあわせ信州健康セミナー Vol.4 11:30～14:00 1,500円 30名 講演・講座の部のテーマは、「学校給食から学ぶ信州の健康食」。食の体験では「低カロリー・高ミネラル・山国の宝「雑穀」と題し、雑穀料理レストラン「野のもの」の雑穀パーランチをお楽しみください。4Fでは移住相談会を行います。 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

17月 予約制

信州生坂村 ふるさとの味届けます!! 11:00～12:30 13:30～15:00 無料 20名 地元の農家さんのこだわりの味を聞きながら、信州生坂村で丁寧に育てられた大豆100%のお味噌を使った旬なお味噌汁や寿司を味わってください。4Fでは移住相談会を行います。 0263-69-3112 (生坂村観光協会)

18月 予約制

女性のための大吟醸と地元銘菓を楽しむ会 18:00～19:30 2,000円 40名 地元子押しの大吟醸と大吟醸と辰野産松茸を使った炊き込みご飯、数量限定の銘菓をご堪能ください。8月に辰野町で開催する婚活イベントもご案内します。 0266-41-5558 (辰野町社会福祉協議会)

19月 予約制

信州4年2組 親子で学ぶ歴史&料理教室 第4回テーマ「ACショー challenge」 10:45～12:45 1組5,000円(事前支払い制) 12組24名(小学生と保護者の2名1組) 親子で考える力とコミュニケーション能力を四手両脚が開発した3Xメソッドで学んでみませんか。今回は日本を代表する避暑地軽井沢に魅了された外国人「ACショー」に注目します。 03-6432-4472 (四十万未来研究所)

20月 予約制 見学可

銀座NAGANO日本酒講座 アドバンスドコース 第3回 水との関係 11:00～15:00 1,000円 15名 乳がんを乗り越えようとしているみなさんが、パットを手づくりしながら日々の暮らしについて語り合います。制作時間は約2時間半。材料費は別途必要です。 080-3124-6312 (桜むね代表 吉澤英子)

21月 予約制

銀座NAGANO日本酒講座 アドバンスドコース 第3回 水との関係 18:00～19:30 3,000円 (日本酒4銘柄・おつまみ付) 24名 今回は酒米づくりから仕込みまで酒造りのあらゆる場面で重要となる「水」がテーマ。信州の酒と水の関係を知っていきましょう。 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

22月 企業CSR担当者限定 予約制

森林(もり)の里親講座 13:30～15:30 20名 長野県の「森林の里親事業」は122の契約が成されており全国トップクラスの実績を誇ります。今回は樹とよめりの浅原氏をお迎えし信州の森林や地域の魅力について講演いただきます。 026-235-7267 (長野県信州の木活用課)

23月 予約制 在日外国人の方対象

Hakko Ambassador Course 発酵アンバサダー講座 14:00～16:00 3,000円 20名 発酵の原理や健康効果について実験を交えて学びましょう。さらに発酵調味料のオリジナル塩麹づくりを体験いただき、調味料はお土産に。受講者には「発酵アドバイザー」の修了証書も渡します。 026-224-5447 (長野県秘書課国際室／発酵未来研究所)

24月 予約制 女性限定

信州山の日 スペシャルイベント オズマガジン コラボ企画 高原リゾートの聖地、上高地へ 詳細は裏表紙をご覧ください。

25月～28月 信州 木のおもちゃフェア featuring 東京おもちゃ美術館

7月の第4日曜(今年は7/24)は「信州山の日」。そして8/11は国民の祝日「山の日」。これにちなんで「木」の素晴らしさが体感できる信州の木おもちゃコーナーがOPEN! さらに日替わりでワークショップも開催します。 03-6840-3179 (Tree to Green)

【7/25】 木曾のヒノキのラトル作り(予約優先) 11:00～12:30 13:00～14:30 各1,000円 各15名

【7/26】 木曾のヒノキの照明作り(予約制) 11:00～12:30 13:00～14:30 各2,000円 各10名

【7/27】 親子で体験 木曾のヒノキとサクラのお箸作り(予約優先) 11:00～12:30 13:00～14:30 各1,500円 各10名(保護者1名につきお子様1名)

【7/28】 木曾のヒノキのバズタマ作り(予約優先) 11:00～12:30 13:00～14:30 各1,500円 各15名

26月 予約制 見学可

長野で保健師。長野県市町村合同就職ガイダンス 17:00～19:30 20名 ミニパネルディスカッション、市町村による個別相談会などを開催します。先輩保育士も参加して生の体験談が聞ける貴重な機会です。 026-235-7093 (長野県健康福祉政策課)

27月 一部予約制

ワイナリーがやってきた!～サルクゼール～ 16:00～17:20 1,000円 20名 18:00～19:30 3,000円(ワイン6種+プレート付・前支払制) 30名 斑尾・妙高・黒姫・戸隠・飯綱の北信五岳に囲まれた飯綱町の丘陵地帯にあるワイナリーで、設立当初からワイン造りに携わり、現在ではぶどう栽培に専念されている農場長の池田健二さんをお招きします。 03-6274-6015 (銀座NAGANO)

28月 予約制

塩尻ワインセミナー～夏にワインを楽しむ～ 16:00～17:00 18:00～19:00 各2,000円 各24名 6種類をテイस्टイングしながら個性あふれるワインとぶどう、ワイナリーについて学びましょう。夏におすすめしたいワインの飲み方をご紹介します。 0263-52-0786 (塩尻市地域ブランド推進活動協議会)

29月 予約制

中央アルプス山麓美酒フェスタ in 銀座NAGANO 12:30～14:30 16:30～18:30 各4,000円 各30名 中央アルプス山麓はビール・ワイン・日本酒・ウイスキー・リキュール類など多種多様なお酒類が造られる全国的にも稀な地域。毎年地元で開催される人気イベント「中央アルプス山麓美酒フェスタ」が銀座NAGANOでもお楽しみいただけます。 0265-96-7724 (駒ヶ根市観光推進課)

30月 予約制 見学可

楽園信州ライフデザインアカデミー～農ある暮らし～ 13:00～14:30 20名 信州に移住したら理想は「半農半X」という方も多いはず。そんな農ある暮らしを信州で!と考える移住希望者の方々にむけて、銀座NAGANOでの「産学」と信州(現地)での「体験」をセットで提供するプログラムです。 026-235-7024 (長野県楽園信州・移住推進室/田舎暮らし「楽園信州」推進協議会)

31月 予約制

銀座の小津会 16:00～17:30 17:30～18:00 各1,000円 各15名 映画監督・小津安二郎が過ごした藝科を滞在記である「藝科日記抄」を紐解きながらご紹介いたします。小津監督が愛した地酒「ダイヤ第1」と藝科の高原野菜などの地元食とともに楽しみましょう。 0266-72-2101 (茅野市)

「おいしい信州 ふ〜ど(風土)」～信州の夏野菜&きのご祭り～ 信州の夏野菜&きのこの魅力をトークショーや試食会などで紹介します。イベントの詳細は6月中旬にHPでご案内します。 026-235-7216 (長野県農産物マーケティング室)